CRPLCK
Comité régional des pays de la loire de canoë-kayak
LOIRE ATLANTIQUE
MAINE & LOIRE
MAYENNE-SARTHE
VENDEE

Tiphaine GRATTON – Mathilde NOUAILLE DEGORCE – Océane MECHINAUD – Léa GRISON
Médaille d'Or sur 500 mètres et Médaille d'Argent sur 3 000 mètres

Guide

Régates de l'Espoir 2013

CRPLCK
Comité régional des pays de la loire de canoë-kayak
LOIRE ATLANTIQUE
MAINE & LOIRE
MAYENNE-SARTHE
VENDEE

-Sommaire-

I-/- Mot du Président du Comité Régional

II-/- Mot du Conseiller Technique Régional

III-/- Objectifs généraux et sportifs

IV-/- Les Régates de l'Espoir

V-/- Compétences Principales pour un jeune qui veut aller à la Régate de l'espoir

VI-/- Schéma Accès en Equipe Régionale Jeunes

VII-/- Programme d'Action

VIII-/- Témoignages

IX -/- Logistique

X-/- Coût des Actions

XI-/-Communication

XII-/- Historique du CRPLCK

XIII-/- Palmarès des Médaillés aux Régates de l'Espoir depuis 2000

XIIII-/- Contacts

I-/- Mot du Président du Comité Régional

Nous voici à l'orée d'une nouvelle olympiade sportive et déjà l'heure à sonner de nous mobiliser pour revaloriser tout le travail conduit jusqu'à ce jour par les clubs, cadres, bénévoles et parents pour nos jeunes. Je tenais à souligner également l'implication de la commission jeunes dans le cadre de l'animation jeunes au sein du comité régional, avec des travaux partagés entre les départements et l'équipe technique régionale

Aujourd'hui, nous ne pouvons que nous féliciter de voir tous ces jeunes naviguer, se rencontrer à l'occasion des manches Challenges Jeunes, la Finale Régionale, les Régates de l'Espoir et enfin le Challenge National Jeunes.

Des moments forts que les jeunes, parents, cadres, bénévoles n'oublient pas...Des moments d'angoisse, de bonheur, de joie que nous ne pouvons partager qu'à l'occasion de ces évènements..Une grande école de la vie. Je me souviens l'hésitation de certains parents et jeunes de s'engager dans ce voyage jusqu'à l'épreuve reine " des championnats de France ", et en retour, ils sont unanimes, une très belle aventure qu'ils ne souhaitent pas voir s'arrêter....

Nous comptons sur vous les jeunes mais aussi vous les acteurs de l'animation jeunes dans les départements pour poursuivre l'action menée jusqu'à ce jour.

Notre force c'est vous....

Jacky Fraisse,
Président du Comité Régional des Pays de la Loire,

II-/- Mot du Conseiller Technique Régional

La saison 2013 est déjà bien entamée et cette année il ne sera pas possible pour des raisons de calendrier, de pouvoir participer aux deux actions.

D'un côté nous avons besoin d'une équipe nombreuse pour pouvoir constituer des équipages C4 et K4 pour les régates et de l'autre côté d'une équipe d'un maximum de 8 personnes réellement polyvalentes dans la pratique de deux embarcations C1 et K1.

Certains ont déjà plus ou moins choisi la rencontre nationale où ils et elles souhaitent participer.

Le guide que vous avez en main est un genre de mode d'emploi de l'année 2013.

Avec vos coachs et l'équipe d'encadrement des stages et regroupements que vous allez faire cette année nous souhaitons vous retrouver dans une équipe pour faire briller les couleurs du comité.

Yves Chauveau,
Conseiller Technique Régional

III-/- Objectifs

Objectifs Généraux :

- Rassembler les Clubs, les CDs et le Comité autour d'un même projet : la pratique pluridisciplinaire du Canoë et de Kayak

- Rassembler les meilleurs éléments pour composer l'équipe régionale

- L'Esprit d'équipe

- Naviguer avec plaisir

Objectifs Sportifs :

- Etre dans le top 5 des Comités Régionaux aux Régates de l'Espoir

- Avoir un maximum de bateaux en finale

- Perfectionnement sur la Technique du coup de pagaie et de l'équilibre sur des supports instables

- Epanouissement des jeunes en bateau de course en ligne et plus particulièrement en équipage

IV-/- Qu'est ce que les Régates de l'Espoir ?

« Les Régates de l'Espoir » : c'est la compétition la plus importante que l'on puisse faire en minime, que l'on vienne de la course en ligne, de la descente, du slalom ou du polo ! Après plusieurs stages de sélections et de préparation, on participe aux Championnats de France de Course en Ligne, en même temps que les adultes et les internationaux. C'est avant tout une compétition par équipe car chaque bateau en finale rapporte des points pour le classement de la région. Cette équipe mixte et régionale est composée de kayaks et de canoës de 1 à 4 places, qui courent sur 500m et 3000m pour les quatre places.

On ne peut qu'apprendre en y participant. À ceux qui pensent que la course en ligne, c'est vraiment trop plat : c'est sans connaitre la difficulté et les sensations que l'on peut avoir en équipage ! On y découvre la difficulté de l'entraînement, le dépassement de soi mais aussi une incroyable émulation de groupe. Et puis c'est une aventure humaine qui nous rapproche et nous fait découvrir la majorité des kayakistes de notre âge et de notre région !

V-/- Compétences Principales pour un jeune qui veut aller aux Régates de l'Espoir

- Etre en possession de la Pagaie Verte Eau Calme
- Etre capable de réaliser un 3 000 mètres à allure régulière en bateau de course en ligne
- Etre capable de réaliser un 500 mètres à allure régulière en bateau de course en ligne
- Etre capable de réaliser un parcours avec une pagaie simple
- Etre capable de s'adapter en bateau d'équipage
- Avoir un esprit d'équipe

VI-/- Schéma – Accès Equipe Régionale Jeunes 2013

Régate de l'Espoir — ***Challenge National Jeunes***

Challenge s Jeunes

Coupe Pays de la Loire Minimes

Stage Pluridisciplinaire – Toussaint 2012
Lundi 5 au Jeudi 8 Novembre 2012 – Sablé sur Sarthe

Test CRPLCK
Samedi 12 Janvier 2013 - Angers

Stage Pluridisciplinaire – Hiver 2013
Lundi 4 au Jeudi 7 Mars 2013 – Sablé sur Sarthe

Choix Définitif des jeunes pour l'échéance terminale

Stage Espoir CRPLCK – Printemps 2013
Lundi 22 au Jeudi 25 Avril 2013 – Angers

Participation aux Challenges Jeunes (Mars à Juin) en Kayak et en Canoë

Finale Régionale des Challenges Jeunes 2013
Samedi 15 et Dimanche 16 Juin 2013 – Les Ponts de Cé

Regroupement Equipe Régionale
Samedi 22 et Dimanche 23 Juin 2013 - Angers

Stage Terminal Régate de l'Espoir 2013
Samedi 13 au Mardi 16 Juillet 2013 – Angers

Stage Préparation Challenge National Jeunes 2013
Mercredi 3 au Vendredi 5 Juillet 2013 – L'Argentière

Régate de l'Espoir 2013
Mardi 16 au Dimanche 21 Juillet 2013 – Poses

Challenge National Jeunes 2013
Samedi 6 au Mercredi 10 Juillet 2013 – L'Argentière

VII-/- Programme d'action

Test Régional - Angers

Samedi 12 Janvier 2013

Objectif(s) de l'action

-Evaluer des jeunes sportifs minimes sur leurs capacités en course à pied, coordination motrice

-Evaluer des jeunes sportifs minimes sur leurs capacités en bateau directeur et bateau manœuvrier

Critères de Sélection

-Challenges Jeunes (Septembre à Décembre 2012)

Epreuves

-Course à pied : 2 000 mètres

-Coordination : Saut à la corde

-Bateau Directeur : 2 000 mètres et 200 mètres

- Bateau Manœuvrier : parcours à réaliser en canoë

Stage Pluridisciplinaire – Sablé sur Sarthe

Lundi 4 au Jeudi 7 Mars 2013

Objectif(s) de l'action

-Développer les compétences techniques et physiques en slalom, descente et course en ligne

-Pratique de la pagaie simple et double

-Développer la dynamique de groupe et la capacité des jeunes à s'organiser en autonomie

Critères de Sélection

- Test du 12 Janvier 2013

Disciplines pratiquées

-Slalom – Descente : K1 – C1 – C2

-Course en Ligne : K1 – K2 – C4

-Course à pied

-Escalade

Stage Espoir Course en Ligne – Angers

Lundi 22 au Jeudi 25 Avril 2013

Objectif(s) de l'action

-Préparer une équipe pour les Régates de l'Espoir

- Constituer des équipages en canoë et en kayak

- Perfectionner la technique en bateau de course en ligne canoë et kayak

- Développer la dynamique de groupe et la capacité des jeunes à s'organiser en autonomie

Critères de Sélection

-Test du 12 Janvier 2013

- Stage Pluridisciplinaire Mars 2013

Disciplines pratiquées

-Course en Ligne : K1 – K2 – K4 – C1 – C2 – C4

-Course à pied

Regroupement Equipe Régionale Régate de l'Espoir – Angers

Samedi 22 et Dimanche 23 Juin 2013

Objectif(s) de l'action

-Préparer une équipe pour les Régates de l'Espoir

- Perfectionnement des équipages en canoë et en kayak

- Perfectionner la technique en bateau de course en ligne canoë et kayak

- Développer la dynamique de groupe et la capacité des jeunes à s'organiser en autonomie

Critères de Sélection

-Stage Espoir Course en Ligne Avril 2013

-Finale Régionale Jeunes 2013

-Pagaie Verte Eau calme

Disciplines pratiquées

-Course en Ligne : K1 – K2 – K4 – C1 – C2 – C4

-Course à pied

Stage de Préparation + Régate de l'Espoir

Samedi 13 au Dimanche 21 Juillet 2013 – Angers et Poses

Objectif(s) de l'action

-Intégrer le Top 5

Critères de Sélection

-Stage Espoir Course en Ligne Avril 2013
-Finale Régionale Jeunes 2013
-Pagaie Verte Eau calme

Pagaies Couleurs

VIII-/- Témoignages

«C'était super car en plus du fait de découvrir de nouvelles personnes et donc de se faire de nouveaux amis, et bien j'ai renforcé les liens que j'avais avec les personnes que je connaissais déjà dont ma meilleure amie avec qui j'ai fait un équipage de K2. Parce que forcément, j'ai vécu des « trucs » plus durs avec elle qu'avec les filles et les gars du collège. Et parce que je n'étais pas toute seule face à moi-même, j'étais avec elle. Parce qu'on a stressé ensemble, on a eu mal au ventre ensemble, on a peut-être même pleuré ensemble et oui on s'est peut-être un peu « claché » mais moi je crois que maintenant on est encore plus proche alors c'est quelque chose d'extraordinaire. Et même si on ne gagne pas toujours, c'est une magnifique expérience à vivre, comprendre ce qu'est la vie en collectivité et mieux la vivre, apprendre de nouvelles choses sur comment naviguer, et surtout, pour moi, la compétition. Car à côté des finales régionales jeunes, c'est carrément mieux! J'ai vécu une expérience extraordinaire que je n'oublierai jamais. C'était magique, on était comme plongé dans une sorte d'autre monde, et chaque instant, chaque seconde, je le vivais à fond! J'ai du apprendre à avoir confiance les uns en les autres. Alors, même si vous détestez la ligne, il faut faire les Régates de l'espoir!»

IX-/- Logistique

Aide aux repas

Il vous sera demandé au cours de la saison, selon vos disponibilités d'apporter une aide pour organiser les repas pendant les différentes actions.

Lors des Régates de l'Espoir, nous aurons besoin d'une équipe « logistique » pour la gestion de l'ensemble de l'équipe (environ 35 personnes) : goûter, hydratation, entretien du matériel, soutien du moral et des petits bobos, supporter… Cette équipe sera coordonnée par une personne pour faciliter cette « tâche ».

X-/- Coût des Actions

Le coût de chaque action vous sera donné dans le courant du 1er trimestre 2013.

Il faut savoir que le Comité Régional participe à la hauteur de 50% du coût du stage et prend en charge l'encadrement en totalité.

Par contre, nous vous informons que vous pouvez avoir une prise en charge partielle de coût de chaque action :

-Soit par votre Club
-Soit par votre Comité Départemental
-Soit par votre Comité d'Entreprise
-Soit par votre CAF

Nous prenons les Chèques Vacances et les Coupons Sports ANCV.

Le Comité Régional vous fait parvenir à la suite de l'action pour les personnes, qui le souhaitent une attestation ou une facture.

XI-/-Communication

L'envoi des convocations se fera par :

- Par e-mail aux jeunes et aux clubs:

Pour l'ensemble des actions organisées par le CRPLCK.

-Par courrier aux Jeunes et par e-mail aux clubs :

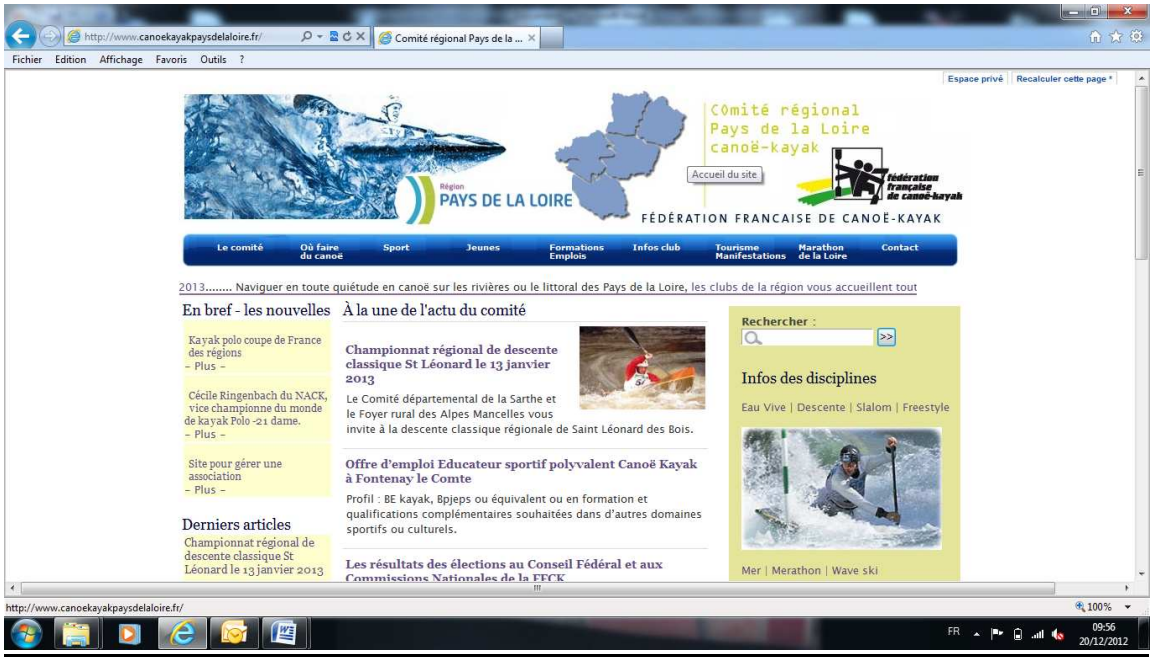
Pour les Régates de l'Espoir et le Challenge National Jeunes.

Pour plus d'information, vous pouvez vous connecter sur le site internet du comité Régional sur la page « Jeunes »:

http://www.canoekayakpaysdelaloire.fr

L'équipe technique des Equipes Régionales Jeunes sera présente sur certains Challenges Jeunes. De plus, le bilan de fin de stage ou de regroupement est ouvert aux clubs et aux parents.

Une fiche de compétences (ou de liaison) sera mise en place entre l'équipe technique jeunes et la structure entre chaque action. Cette fiche permettra de faire el point sur chaque jeune avant sa prise en charge sur une action ligue.


Comité régional Pays de la Loire canoë-kayak
PAYS DE LA LOIRE
FÉDÉRATION FRANCAISE DE CANOË-KAYAK
Le comité
Où faire du canoë
Sport
Jeunes
Formations Emplois
Infos club
Tourisme Manifestations
Marathon de la Loire
Contact
En bref - les nouvelles
À la une de l'actu du comité
Championnat régional de descente classique St Léonard le 13 janvier 2013
Offre d'emploi Educateur sportif polyvalent Canoë Kayak à Fontenay le Comte
Derniers articles
Rechercher
Infos des disciplines
Eau Vive | Descente | Slalom | Freestyle
Mer | Marathon | Wave ski

XII -/-Historique du CRPLCK

Au classement par région des Régates de l'Espoir

2000 : 2ème place – Boulogne sur Mer
2001 : 1ère place - Tours
2002 : 1ère place - Belfort
2003 : 2ème place – Boulogne sur Mer
2004 : 3ème place -Nancy
2005 : 3ième place - Vichy
2006 : 4ème place – Saint Jean de Losne
2007 : 3ème place - Poses
2008 : 3ème place – Maché
2009 : 4ème place – Dijon
2010 : 6ème place – Boulogne sur Mer
2011 : 4ème place – Tours
2012 : 11ème place – Mantes La Jolie

XIII -/-Palmarès des Médaillés aux Régate de l'Espoir depuis 2000

Boulogne sur Mer - 2000

Florian REVELLON – Médaille d'Or en K1 Minime 1 500 m
Camille GIRARD et Charlotte LEBORGNE – Médaille d'Or en K2 500 m
Jean AUDUSSEAU – Pierre JAFFRENOUX – Adrien LARDEUX – Florian REVELLON – Médaille d'Or en K4 500 m
Charlotte LEBORGNE – Médaille d'Argent en K1 Minime 2 500 m

Tours - 2001

Florian REVELLON – Médaille d'Or en K1 Minime 2 500 m et Médaille d'Argent sur 2 000 m
Clément BUFFET – Florian ORDENNEAU – Valentin FOURNIER – Adrien DELANGLE – Médaille d'Argent en K4 500 m
Clément BUFFET – Florian REVELLON Médaille d'Or en K2 500 m
Adrien DELANGLE – Médaille d'Argent en K1 Minime 1 500 m et sur 2 000 m
Tiphaine MAURY – Médaille d'Argent en K1 Minime 2 2 000 m
Tiphaine MAURY – Valérie SIBIOUDE Médaille de Bronze en K2 500 m

Belfort – 2002

Alexandre CRESSOL – Médaille d'Or en K1 Minime 1 500 m et sur 2 000 m
Adrien DELANGLE – Médaille de Bronze en K1 Minime 2 500 m
Oriane REBOURS – Marine SOUCHEYRE – Médaille de Bronze en K2 500 m
Adrien DELANGLE – Mathieu ORAIN – Médaille de Bronze en K2 500 m
Laura BRILLET – Elisa BRIN – Maud LARDEUX – Oriane REBOURS – Médaille d'Argent en K4 500 m
Antoine BIZOT – Ludovic GLOAGEN – Fabien LEGALL – Martial PLANCHAIS – Médaille d'Argent C4 500 m

Boulogne sur Mer – 2003

Alexandre CRESSOL – Médaille d'Or en K1 Minime 2 500 m
Alexandre CRESSOL – Vincent VERGER - Médaille d'Or en K2 500 m
Alexandre CRESSOL – Steven DESMONE – Vincent RIDERAY – Vincent VERGER – Médaille d'Or en K4 3 000 m
Wendy GANDON – Laura JOUNOT – Josépha LONGA – Laura YHUEL – Médaille d'Argent en K4 3 000 m

Nancy – 2004

Sterenn LEROY – Médaille d'Or en K1 500 m
Wendy GANDON – Charlotte SOUCHEYRE – Médaille d'Argent en K2 500 m
Wendy GANDON – Charlotte SOUCHEYRE - Sterenn LEROY - Josépha LONGA – Médaille de Bronze en K4 500 m et Médaille d'Argent sur 3 000 m

Vichy – 2005

François FERCHAUD – Félix GUINBRETIERE – Médaille d'Or en C2 500 m

Félix GUINBRETIERE – Médaille d'Argent en C1 500 m

Pierre BARBIER – Mathieu EYROLLE – Vincent LEMONIER – Willy TISON – Médaille de Bronze en K4 3 000 m

Florence ACCARY – Solenne ACCARY – Jennifer BARROCHE – Sterenn LEROY – Médaille de Bronze en K4 3 000 m

St Jean de Losne – 2006

Elise FERCHAUD – Margaux RAT – Issani ABDERAMANE – Ophélie MAILLARD – Médaille d'Argent en C4 3 000m

Florentin ALOMOME – Baptiste JONGLEZ – Corentin FITOUR – Maxime LECLERC – Médaille de Bronze en K4 500 m

Elise FERCHAUD – Margaux RAT – Médaille de Bronze en C2 500 m

Jennifer BARROCHE – Elsa MAGNINY – Jeanne BELLANGER – Camille JOUNOT – Médaille de Bronze en K4 3 000 m

Poses – 2007

Romain VEAUX PIERS – Maxime DREUX – Jérôme LIVET – Florent THELLIER – Médaille d'Argent en K4 500 m

Maxime DREUX – Florent THELLIER – Médaille d'Argent en K2 500 m

Romain VEAUX PIERS – Médaille de Bronze en K1 Minime 1 500 m

Maché - 2008

Adrien CORVASIER – Romain VEAUX PIERS – Yoann LE MOEL – Benoit MAURICE – Médaille d'Or en K4 500 m

Lise VINET – Yasmine GARRY – Alexandra EON – Pauline FRESLON – Médaille d'Or en K4 500 m

Adrien CORVASIER – Romain VEAUX PIERS – Yoann LE MOEL – Quentin POIRIER – Médaille d'Or en K4 500 m

Romain VEAUX PIERS – Médaille de Bronze en K1 Minime 2 500 m

Lise VINET – Yasmine GARRY – Alexandra EON – Cécilia Pinsard – Médaille de Bronze en K4 3 000 m

Dijon – 2009

Estelle DOUILLARD – Magalie DOUILLARD – Johanna DREANO – Annaïg ROZO – Médaille de Bronze en C4 500 m et sur 3 000 m

Boulogne sur Mer – 2010

Annaïg ROZO – Médaille de Bronze en C1 500 m

Laura CHETOU – Annaïg ROZO – Johanna DREANO – Maude GUERIN – Médaille de Bronze en C4 500 m

Tours – 2011

Hugues MORET – Cyril COMBREAU – Médaille d'Argent en K2 500 m

Hugues MORET – Rémi VINET – Cyril COMBREAU – Rémy TUAL – Médaille de Bronze en K4 3 000 m

<u>Mantes La Jolie – 2012</u>

Océane MECHINAUD – Mathilde NOUAILLE DEGORCE – Léa GRISON – Tiphaine GRATTON – Médaille d'Or sur 500 m et Médaille d'Argent sur 3 000 m

Bravo à l'ensemble des médaillés !!!!

Lionel FRAISSE

Président de la Commission Jeune CRPLCK - Coordination des Actions Jeunes

☎ 06.50.54.34.35 - @ jeunes@canoekayakpaysdelaloire.fr

Vonx CHAUVEAU

Conseiller Technique Régional en charge du suivi de la Commission Jeunes CRPLCK

☎ 06.71.39.17.27 - @ ychauveau@ffck.org

Olivier BOIVIN

Conseiller Technique Régional – Responsable de l'Equipe Régionale au Challenge National Jeunes 2013

☎ 06.87.09.18.22 - @ oboivin@ffck.org

Comité Régional de Canoë Kayak des Pays de la Loire

☎ 02.41.73.86.10 - @ crplckcanoe@wanadoo.fr

Site Internet du Comité Régional

http://www.canoekayakpaysdelaloire.fr

L'équipe régionale des Régates de l'Espoir avec Mathieu GOUBEL
Sélectionné aux Jeux Olympiques de Londres 2012

Remerciements à

L'ensemble des personnes qui participe à l'encadrement et à l'accompagnement des jeunes.

Aux rédacteurs de ce guide.

CRPLCK
Comité régional des pays de la loire de canoë-kayak

LOIRE ATLANTIQUE
MAINE & LOIRE
MAYENNE-SARTHE
VENDEE